



i samverkan med



INBJUDAN

UTBILDNINGSHELGEN ULRICEHAMN 4 – 6 OKTOBER 2024

TRÄNARUTBILDNING SKIDLÄRA 9 - 12 ÅR

Målgrupp

Utbildningen vänder sig till dig som är nuvarande eller blivande tränare för barn 9 - 12 år. Man får gå utbildningen från det år man fyller 15 år. När tränare i det yngre åldersspannet anmäler sig rekommenderar vi att en äldre ledare från föreningen går utbildningen samtidigt, alternativt gått tidigare, för att vara mentor och bollplank för att stötta de unga i sin nya roll som tränare.

Utbildningen behandlar *grundstadiet* som är det andra utvecklingsstadiet i Svenska Skidförbundets utvecklingsmodell för längdskidor.

Förkunskaper

För att vara behörig att delta på utbildningen ska du ha genomfört *Grundutbildning för tränare* (RF-SISU) alternativt tidigare Barnledarutbildning genom SSF.

Om du inte tidigare genomfört Svenska Skidförbundets webbaserade Introduktionsutbildning för längdskidåkning behöver du göra det innan utbildningen. Läs mer om hur du genomför utbildningen:

<https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/vara-utbildningar/introduktionsutbildningen-langskidakning>

Utbildningsform och omfattning

Utbildningen omfattar cirka 30 lektionstimmar á 45 min.

Utbildningen sker genom ett varierat lärande där utbildningen startar med en digital träff och distansstudier via utbildningsplattformen. Utbildningen avslutas med den fysiska utbildningshelgen i Ulricehamn.

Svenska Skidförbundet
Riksskidstadion, SE-791 19 FALUN
Telefon: +46 (0)10-708 69 00
Webb: www.skidor.com

Huvudsponsor





Utbildningens innehåll och mål

Efter genomförd utbildning ska du känna dig trygg att leda barn 9 - 12 år och ha fått kunskap om:

- Barns utveckling - det holistiska perspektivet.
- Rolig och utvecklande träning och tävling
- Utveckling skidteknik - grunder, deltekniker och pedagogiska nycklar.
- Teknikutveckling på barmark och snö.
- Ledarskap
- Att planera träningen
- Utrustning och vallning – inkludering och arbetssätt
- Mat, vila och återhämtning

Tid och plats

- **Digital uppstartsträff via Teams: 19 september 2024 kl. 19:30 – 21:00**
- **Fysisk träff: Utbildningshelgen Ulricehamn, Hotell Lassalyckan**
Incheckning från 14:30, start kl. 15:00. Avslut ca 14:00 på söndag.
<https://www.hotell-lassalyckan.se/>

Utbildare

Anki Danielsson och Adam Karlsson

Kostnad

3500 kronor. I kostnaden ingår helpension i dubbelrum och kursmaterial. Om du önskar enkelrum är kostnaden 350 kr i tillägg/natt. Pris utan boende är 2500 kronor.

Du som representerar en förening kan söka Idrottsmedel för del av kostnaden, senast två veckor efter avslutat utbildning.

<https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/idrottsmedel>

Anmälan

Anmälan sker via webblänken senast 1 september:

<https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1907417>

Kallelse med program skickas via e-post cirka 2 veckor innan kursstart.

Betalning

Via faktura från Svenska Skidförbundet.



Avbokning

Avbokning före den 1 september utan kostnad, därefter full betalning.

Frågor

Frågor om utbildningen: Anki Danielsson, 070-266 56 76

anki.danielsson@skidor.com

Övriga frågor: Anna Norman (Utbildningsansvarig SSF), 070-339 26 08

anna.norman@skidor.com

Välkommen!